

Toast de pain de campagne au thym frais, onglet de boeuf et oignons caramélisés au balsamique

Recette pour 12 tapas



Description

Petites tranches de pain de campagne grillé à l'huile d'olive et au thym frais, tranches fines d'onglet de boeuf juste saisies, servies sur une compotée d'oignons caramélisés au vinaigre balsamique.

L'astuce du chef

L'onglet est une pièce de boeuf très goûteuse qui a avantage à être servie saignante afin de profiter d'un maximum de tendreté.

Ingrédients

Pour les oignons caramélisés au balsamique

- 1 Unité(s) Oignon blanc
- 30 Ml Vinaigre balsamique
- Huile d'olive
- Sel et poivre
- Huile végétale

Pour les toasts de pain de campagne

- 1 Tranche(s) Pain de campagne
- 2 Branche(s) Thym
- Huile d'olive
- Sel et poivre
- Huile végétale

Pour la bavette de boeuf

- 1 Unité(s) Onglet de boeuf

- 30 Gr Parmigiano reggiano
- 3 Branche(s) Persil

- Huile d'olive
- Sel et poivre
- Huile végétale

Préparation

Temps de préparation **30 mins**

Préchauffez votre four à 400 F°

Mise en place

Émincez finement les oignons. Hachez le persil. Hachez le thym. À l'aide d'un économe, réalisez quelques copeaux de parmesan.

Préparation des oignons caramélisés

Dans une poêle, versez un filet d'huile d'olive et faites revenir les oignons à feu moyen. Laissez cuire entre 15 et 20 minutes. Assaisonnez de sel et poivre puis ajoutez le vinaigre balsamique.

Préparation des toasts de pain de campagne

Placez les tranches de pain de campagne sur une plaque de cuisson. Badigeonnez-les d'huile d'olive. Assaisonnez-les de sel et de poivre puis parsemez-les de thym frais haché. Faites cuire au four 4 à 5 minutes. Le pain doit être légèrement doré. Laissez-les refroidir avant de les découper en carrés.

Préparation de l'onglet de boeuf

Assaisonnez l'onglet de sel et poivre. Dans une poêle, versez un filet d'huile végétale et faites saisir les pièces de bœuf 2 minutes de chaque côté à feu vif. Déposez l'onglet sur une plaque de cuisson et faites-le cuire au four pendant 4 à 5 minutes afin d'obtenir une cuisson saignante. Laissez-le reposer au moins 5 minutes avant de le trancher en cubes d'une grosseur similaire à votre croûton.

Dressage de vos tapas

Déposez les oignons caramélisés sur les toasts de pain de campagne. Déposez ensuite une fine lanière d'onglet. Décorez avec un peu de persil haché, sans oublier les copeaux de parmesan!

Bon appétit!